

(206) 496-3134 MAIL rekl_ama@yahoo.com

FREE



Меньше	Больше
Говорить	Слушать
Планировать	Делать
Газированной воды	Чая
Нездоровой пищи	Салата
Жаловаться	Подбадривать
Беспокоиться	Надеятся
Сомневаться	Верить
Бездельничать	Активности
Хмуриться	Улыбаться
Подозревать	Доверять
Неуверенности	Уверенности
Невежливости	Взаимопонимания
Ненавидеть	Любить
Не благодарить	Благодарить





Есть такое слово — «потенциал»

При подготовке этого номера оно приходило на ум особенно часто. Невероятно эмоциональные и, главное, рабочие советы наших читателей наглядно продемонстрировали, как можно инте ресно и разнообразно работать по теме "Успешного Выбора", суть которой —сохранение и поддержание престижа самого важного в жизни направления. Мысленно возникали «картинки» распространения по всему Вашингтону бесценного опыта бизнесменов и деловых людей, священников и научных работников, историков и честных политиков. Без всякого сомнения, это приводит к оздоровлению бизнеса, заметным подвижкам в решении вопросов воспитания будуще - го поколения и улучшения морально-психологической атмосферы, сохранению культурных традиций наших людей.

Потенциал? Конечно!

Прибавляют оптимизм и мероприятия Ваши советы через письма. Заинтересованные, умные выступ - ления, новаторские предложения... Сколько прекрасных идей! Желаем, чтобы они остались и «проросли» на страницах нашей газеты. А чтобы вся эта великая сила более активно и эффективно работала на благо Славянской диаспоры, нам надо действовать вместе, трудиться много и слаженно, максимально использовать имеющиеся в нашем распоряжении возможности. Поэтому будьте с нами, любите Людей и творите добро!

Sergei Mironchuk (206) 496-3134



Чтобы уметь жить, нужно научиться умирать...

«Совершите же теперь самое дело, дабы, чего усердно желали, то и исполнено было…» (2Кор. 8:11).

Как решить вопрос о жизни и смерти

Чтобы решить вопрос о жизни и смерти, нужно:
Приложить такие же усилия, какие прилагает человек, пытающийся вынырнуть, а ему при этом не хватает воздуха.
Дорожить временем так, как человек, узнавший о своей смертельной болезни, которому надо еще успеть так много сделать.
Стремиться избавиться от неведения так, как человек, которого мучает тяжелый кошмар, и он изо всех сил старается проснуться.

2. «Наше же жительство - на небесах, откуда мы ожидаем и Спасителя, Господа нашего Иисуса Христа…» (Флп. 3:20).
Разговор двух рыбок
Маленькая рыбка спрашивает у своей мамы: «Как спастись от рыбацких сетей? Нырнуть поглубже?» – «Не успеть, – отвечает мама. –Сеть слишком быстро опускается на дно». – «Может, через нее можно перепрыгнуть, выскочив из воды?» – не теряет надежды молодая рыбка. «Там тебя чайки склюют», – объясняет мама. «Как же тогда спастись?» – «Лучше всего стараться избегать тех мест, где рыбаки забрасывают свои сети», – вздохнув, ответила мама.
3. «Истощилась в печали жизнь моя…» (Пс. 30:11).
Печально
Печально, когда мы держимся за родителей, а они нас оставляют,
Печально, когда мы держимся за страсти, а они нас убивают,
Печально, когда мы держимся за жизнь, а она нас покидает.

1. «…Для чего бы вам лучше не терпеть лишения?» (1Кор. 6:7).
Предоставь другим
Предоставь другим понимать – и сам все поймешь,
Предоставь другим познавать – и сам все узнаешь,
Предоставь другим быть счастливыми – и счастье само тебя найдет,
Предоставь другим быть мудрыми – и Истина никогда не расстанется с тобой.

5. «Помощь наша - в имени Господа…» (Пс. 123:8).
Путь
Тот, кто вышел в путь и тут же вернулся назад,
познает и трудности дороги, и разочарование от недосягаемости цели. Тот, кто остановился на полпути,
лучше того, кто вообще не вышел в путь.
Тот, кто немного не дошел до цели,
лучше того, кто остановился на полпути.
Тот, кто прошел весь путь до конца,
может вернуться, чтобы разделить тяготы дороги с теми,
у кого не хватает сил идти дальше.

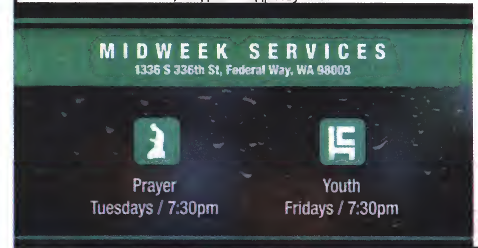
6. «…Порадуйтесь со мною: я нашел мою пропавшую овцу.» (Лк. 15:6).
Истина сама настигает тебя
Не ты находишь первый луч восходящего солнца,
а он сам настигает тебя, когда ты бодрствуешь.
Не ты находишь Истину,
а Она сама настигает тебя, когда ты отправляешься на Ее поиски.

7. «Дабы утешились сердца их, соединенные в любви для всякого богатства совершенного разумения…» Кол. 2:2
Твое сокровище
Если ты нашел кошелек с деньгами –
лучше найди того, кто его потерял.
Если ты присвоил себе чужое сокровище –
оно обязательно уйдет от тебя.
У твоего сокровища, если ты его найдешь,
не будет другого владельца, кроме тебя.

8. «…Нас почитают умершими, но вот, мы живы…» (2Кор. 6:9).
Жить и умирать
Чтобы уметь приобретать, нужно научиться жертвовать,
Чтобы уметь любить, нужно научиться ненавидеть,
Чтобы уметь жить, нужно научиться умирать.

9. «Но, как написано: не видел того глаз, не слышало ухо, и не приходило то на сердце человеку, что приготовил Бог любящим Его» (1Кор. 2:9).
Группа глухонемых в музее

В картинную галерею зашла большая группа людей в черных очках. Они все держались вместе, ни на шаг не отходя друг от друга. Экскурсовод подходит к ним и начинает рассказывать о картине, перед которой они остановились: «Перед вами полотно великого мастера…» Но люди в очках не смотрят на картину, о которой она говорит. «Пожалуйста, не оглядывайтесь все время по сторонам, – просит женщина, – слушайте меня внимательно.
Сейчас я расскажу о жизни великого художника, написавшего это бессмертное полотно…» Постепенно она начинает замечать, что один человек, за которым, собственно, и следует вся группа, все-таки внимательно слушает ее и рассматривает картины. Экскурсовод подходит к этому человеку и говорит: «Какая странная у вас группа. Кроме Вас, никому не интересно то, о чем я рассказываю». – «Ах, извините меня, что я сразу вас не предупредил, – смутился человек. – Со мной группа людей с очень плохим зрением и слухом. Они просто хотят побыть в музее и почувствовать, что это такое».





Очікування, що зранку 26 травня або 16 червня, країна в комплекті з новим пре - зидентом отримає вирішення усіх проб - лем є лише ілюзією, що ґрунтується на підсвідомій «вірі в доброго царя» Насправді ж повноваження глави держави в парламентсько -президентській республіці, якою Україна знову стала після вигнання Януковича і повернення Конст - итуції 2004 року, значно звужені і саме народні обранці у Верховній Раді та призна - чений ними Кабмін залишаться головни - ми гравцями в українській полі тиці.Новообраний президент матиме лише три ва - желі, за допомогою яких зможе якось впливати на дії парламенту і Кабміну. По- перше, глава держави може накласти ве- то на про голосований депутатами законо- проект, за умови, що народні обранці не нашкребуть конституційну більшість в 300 голосів для подолання президентсь - кого вето. По-друге, президент може зупи- нити дію акту Кабміну, але лише з мотивів його неконституційності з паралельним подан - ням до Конституційного суду, який і прий - матиме остаточне рішення. Третім важелем в руках нового президента стане право розпустити Верховну Раду, але скористатися ним він зможе лише за наяв - ності чітко прописа - них в Конституції трьох умов: несформована коаліція протягом місяця, непризначе - ний Кабмін протягом 6 днів після відставки попереднього та від - сутність засідань Ради протягом 30 днів. Очевидно, що в нинішніх українських реа - ліях, підстави для розпуску новий глава держави може отримати лише з доброї во - лі самих депутатів, адже коаліція де-юре сформована, Кабмін приз - начений, а зібратися раз на місяць, щоб хоча б проголосити засідання відкритим можливо за будь-яких умов.









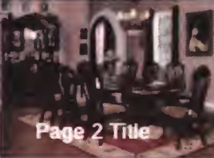
САМЫЙ БОЛЬШОЙ ВЫБОР В ШТАТЕ ВАШИНГТОН







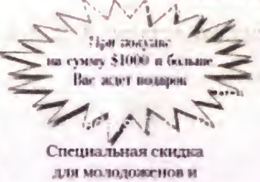
МЫ СМОЖЕМ ПОБИТЬ ЛЮБЫЕ ЦЕНЫ!

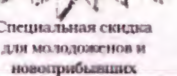






ВОЗМОЖНО БЕСПРОЦЕНТНОЕ ФИНАНСИРОВАНИЕ ДО 3-Х ЛЕТ

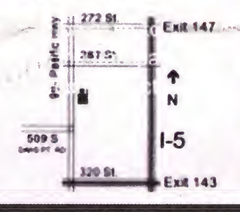






Monday - Saturday 11am-8pm

Sunday - 11AM - 6PM



29314 Pacific Hwy. S., Suite 100, Federal Way, WA 98003

(206) 920-9995 ◦ (253) 839-5552

ТУТ МОЖЕ БУТИ ВАША РЕКЛАМА ТЕЛ.: (206) 496-3134

ТУТ МОЖЕ БУТИ ВАША РЕКЛАМА ТЕЛ.: (206) 496-3134

ТУТ МОЖЕ БУТИ ВАША РЕКЛАМА ТЕЛ.: (206) 496-3134

ТУТ МОЖЕ БУТИ ВАША РЕКЛАМА ТЕЛ.: (206) 496-3134

ТУТ МОЖЕ БУТИ ВАША РЕКЛАМА ТЕЛ.: (206) 496-3134

ТУТ МОЖЕ БУТИ ВАША РЕКЛАМА ТЕЛ.: (206) 496-3134

ТУТ МОЖЕ БУТИ ВАША РЕКЛАМА ТЕЛ.: (206) 496-3134

ТУТ МОЖЕ БУТИ ВАША РЕКЛАМА ТЕЛ.: (206) 496-3134

ТУТ МОЖЕ БУТИ ВАША РЕКЛАМА ТЕЛ.: (206) 496-3134

ТЕЛУ – КРАСОТУ И ЗДОРОВЬЕ!

Неоспоримые достоинства этого растительного препарата в том, что он:
•Нормализует обменные процессы в организме. Снижает аппетит и предупреждает переедание. •Не обладает слабительным эффектом, в отличие от других препаратов для снижения веса. •Способствует очищению организма от шлаков, снижает уровень сахара в крови, нормализует кровяное давление. •Не требует специальной диеты. Выводит лишнюю жидкость из организма, а значит, избавляет от отеков. •Обладает подтягивающим эффектом. После уменьшения объема тела, кожа становится упругой и молодой. •Не имеет побочных эффектов. • И, что важно, не способствует увеличению веса после прекращения приема! Неоспоримые достоинства этого растительного препарата в том, что он: • Нормализует обменные процессы в организме. • Снижает аппетит и предупреждает переедание. • Не обладает слабительным эффектом, в отличие от других препаратов для снижения веса. • Способствует очищению организма от шлаков, снижает уровень сахара в крови, нормализует кровяное давление. • Не требует специальной диеты. • Выводит лишнюю жидкость из организма, а значит, избавляет от отеков. •Обладает подтягивающим эффектом. После уменьшения объема тела, кожа становится упругой и молодой. •Не имеет побочных эффектов. • И, что важно, не способствует увеличению веса после прекращения приема!





Морская капуста очень хороша для похудения по нескольким причинам. Особенно много в этих растениях йода, который способствует хорошему белковому и жировому обмену вещест, а так же снижает состав холестерина в крови. Таким образом, пища хорошо перевариваеся и усваивается. Еще польза от этого растения в том, что у него есть способность набухать, что уменьшает чувство голода и способствует очищению кишечника. А благодаря содержанию минералов, оно может воздействовать на кишечник как слабительное, помогая при запорах, а умеренное содержание калиевой и натриевой солей благотворно влияет на желудок.



Польза морской капусты неоспорима и доказана, так как она относится к тем продуктам, которые занимают первые места в рейтинге по содержанию полезных веществ, витаминов и минеральных солей. Всем известно, что по количеству содержания в своем составе йода, ламинарин нет равных, также она содержит определенные вещества, которые быстро и активно выводят из организма токсины и шлаки. Работу кишечника и состояние его микрофлоры может стабилизировать ламинария только за одну неделю систематического приема в пищу одной ложки капусты.
А одна ложка морской капусты в неделю способна наполнить ваш организм месячным запасом необходимых полезных минералов и витаминов.



(206) 450-7830

Вы повысите свой иммунитет, удовлетворите потребность в йоде, удачно избежите риска заболевания атеросклерозом . Для женской части планеты морская капуста – это прекрасный способ похудения и избавления от целлюлита. Конечно, если вы начнете питаться только лишь одной ламинарией, то вопрос пользы и вреда морской капусты отпадет сам собой, так как вы получите только лишь расстройство желудка, упадок сил и жизненного тонуса. Морская капуста или ламинария — это водоросли семейства ламинарий, имеющих буро — коричневый цвет. Эти водоросли очень насыщены полезными для организма человека минералами и витаминами, такими как витамин А, С, Д, Е и т.д, а минералы — это натрий, калий, магний, марганец, бром.



Морская капуста богата уникальными веществами, такими, как аминокислоты, альгинаты, полиненасыщенные жирные кислоты, витамины, макро- и микроэлементы. Если сравнить ее с обычной кочанной капустой, то по содержанию многих полезных элементов последняя будет в явном проигрыше, так как в ламинарии содержится в два раза больше фосфора, в 11 раз - магния, в 16 - железа, в 40 раз - натрия. Способность поглощать большое количество воды и увеличиваться при этом в объеме, позволяет ламинарии быть хорошим сорбентом. Морские водоросли – древнейшие фотосинтезирующие организмы, у которых содержание макро- и микроэлементов.



Ведущее средство для выведения радионуклидов (радиоизотопов), в том числе из костей
Ведущее средство для выведения солей тяжелых металлов из организма
Ведущее средство при воздействии экотоксикантов (органических и неорганических) Выведение шлаков из организма
Предупреждение злокачественных новообразований различных локализаций
Реабилитация онкологических больных после интенсивных курсов химио- и радио-терапии
Нормализация деятельности щитовидной железы, профилактика эндемического зоба
Профилактика йододефицита у взрослых и детей
Профилактика заболеваний, вызванных ослаблением иммунной системы
Профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы за счет снижения уровня холестерина и триглицеридов
Профилактика атеросклероза за счет нормализации липидного обмена
Нормализация уровня сахара в крови при сахарном диабете
Снижение уровня поражения слизистой желудочно-кишечного тракта (язвы, гастриты, колиты)
Профилактика дисбактериоза (особенно у детей) за счет восстановления облигатной микрофлоры кишечника
Нормализация стула за счет стимуляции моторики кишечника и уменьшения всасывания воды в прямой кишке
Улучшение обмена веществ, также эффективен при ожирении





Если треснуло лобовое стекло

Трещина на лобовом стекле - это угроза безопасности на одной из важнейших дета - лей автомобиля. Ехать без лобового стекла можно, но небезопасно, т.к. это важный элементов жесткости кузо- ва. Если его нет, то машину может перекосить. На глаз это незаметно, но при уста - новке нового стекла обяза - тельно вскроется. Оно не ляжет по периметру рамки и будет пропускать воду в салон, поэтому сразу нужно приступить к ремонту. В современных автомобилях стекла вклеиваются, а на старых моделях вставляются в резиновые уплотни - тели. Установка стекла в резиновом уплотнителе – операция несложная, но ювелирная. Для начала снима- ется стальная хромированная заглушка. Затем вынимается пластиковый замок, который фиксирует стекло в уплотнителе. Удаляется стекло, а точнее – то, что от него осталось, только аккуратно, чтобы не порезать- ся. Для замены лобового стекла без помощника, скорее всего, не обойтись. Далее снимается резиновый уплотнитель. Необходимо также удалить остатки стекла из уплотнителя. Следующий шаг: надеваем резиновый уплотнитель на новое лобовое стекло. Затем вставляем пластиковый замок в уплотнитель и обратно устанавливается заглушка. Далее берем обычную веревку и вставляем ее в резиновый уплотнитель, начиная с нижней части стекла. Устанавливаем лобовое стекло на автомобиль. После этого вытягиваем веревку параллельно стеклу. Готово.

Сначала определим, какой слой стекла поврежден: скол снаружи, а вот трещина может пойти и по внутренней стороне. Небольшую трещину можно остановить обычным стеклорезом. Делаем надрез поперек линии. Далее трещина не пойдет. Если трещина расползлась, то берем дрель и тонкое алмазное сверло.Сверлим отверстие вплотную к трещине. Вы почувствуете, когда просверлите первый слой триплекса. Сверлить придется долго и аккуратно, запаситесь терпением. Как только вы почувствуете, что сверло как будто бы попало в пустоту, останавливаемся. Трещина упрется в круглые края отверстия и дальше не пройдет, советует издание Autozam. Все эти способы – лишь временное спасение, не забывайте

Даешь позитивный настрой на день!

Как многие знают, а для тех, кто не знает, скажу, что все наше настроение задается с утра, а соответственно с утра задается тенденция наших поступков, наших успехов и неудач, достижений и провалов. Именно утром мы сами определяем, какой будет наш грядущий день, что он нам принесет, что подарит, а где сделает хитрую подлянку. Многие даже представить себе не могут, насколько важно уметь задать себе утренний тонус.

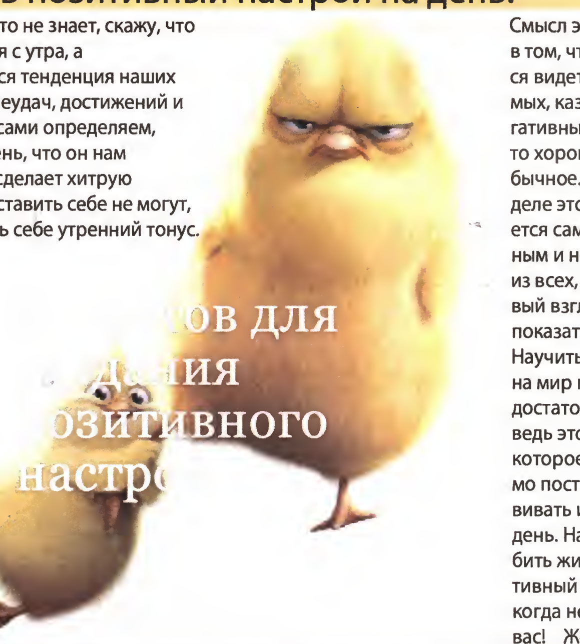
Совет №1. Поставьте на будильник приятную мелодию

Совет №2. Не спешите вскакивать

Совет №3. Сделайте зарядку

Совет №4. Сделайте то, что любите

Совет №5. Позитивный настрой в позитивные руки



Смысл этого совета в том, чтобы старать ся видеть даже в са - мых, казалось бы, не гативных вещах что- то хорошее и нео - бычное. На самом деле этот совет явля ется самым слож - ным и непонятным из всех, хотя на пер- вый взгляд может показаться простым. Научиться смотреть на мир позитивно достаточно трудно, ведь это искусство, которое необходи - мо постигать и раз - вивать изо дня в день. Научитесь лю - бить жизнь, и пози - тивный настрой ни - когда не покинет вас! Желаю удачи!

АВИАБИЛЕТЫ

В ЛЮБУЮ ТОЧКУ ПЛАНЕТЫ

$920 MOSCOW*

$1320 KIEV*

$575 MEXICO**

$599 HAWAII**

* Travel June 2014. Tax and Fees included. Max 1 month stay. Departure from Seattle WA, Prices in this Ad were effective 05/01/2014. At the time of purchase your Air ticket Price may be higher due to Airline Surcharge increase.

**Price per person, based on double occupancy, 7 night stay, hotel + transfers only, meal plan not included, based on 3* properties. Airfare not included. Fares and availability are subject to change. Travel this Summer. Quoted on May 15, 2014



ЗАКАЗ БИЛЕТОВ **WWW.MVTI.COM**

БЕСПЛАТНЫЙ НОМЕР **1.888.887.3060**



ПАМЯТНИКИ

ПОСЕТИТЕ НАШ ИНТЕРНЕТ-КАТАЛОГ: www.asdmonuments.com



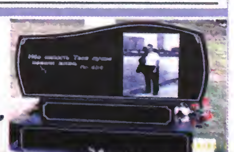
Tel.503-267-9862 Fax 503-631-2749

Анатолий

Artistic Stone Design

POBox 83601 Portland OR 97283

***Доверьте эту работу профессионалам,
и Вы никогда не пожалеете!
Опыт с 1978 года***





ЧИТАЙ ЭТО



Сегодня застрахован - завтра уверен и спокоен

В современной экономике страхование выступает в роли финансового стабилизатора, позволяющего обществу компенсировать ущербы, которые наступают вследствие непредвиденных случайных событий, наносящих урон государству, бизнесу и человеку. Техногенная среда, в которой мы живем сегодня, экологические и социальные условия многократно увеличивают риски, угрожающие человеку, и порождают невиданные в прежние времена катастрофические убытки. Без создания страховых фондов общество было бы не в состоянии справляться с возникающими проблемами и «залечивать раны», нанесенные экономике и лично каждому из нас. Кроме того, финансовые ресурсы, накапливаемые в страховых фондах, служат существенным источником инвестирования народного хозяйства. Эти обстоятельства делают страхование важной отраслью финансового сектора.

Те, кто имеют собственную недвижимость, транспортные средства, заботятся о своем здоровье, выезжая на курорты за границу, знают, что защититься от разных неблагоприятных событий можно путем страхования. Специально для этих дальновидных людей и создана компании страховок, которые оберегают труд и отдых, позволяя успешно продвигаться по жизни вперед. Страхование транспорта, недвижимости, здоровья И СТРАХОВАНИЯ жизни. Все эти виды страхования предлагаются для Вашей уверенности в завтрашнем дне. Интересы всех представителей общества (как частных так и корпоративных) соблюдаются с наибольшей выгодой для клиентов и применением индивидуальных гибких скидок. Разумеется страхование - дело добровольное, но необходимо исходить из здравого смысла. Однако не все знают, как спокоен и уверен в завтрашнем дне человек, доверивший защиту своего личного имущества страховой компании. Стоимость страхового полиса невелика. И с момента заключения договора Вы можете больше ни о чем не беспокоиться. Тогда вы будете уверены - что бы ни произошло, Вы всегда получите компенсацию и сможете восстановить свое имущество. Такая уверенность стоит того, чтобы позаботиться о страховке!

Все предоставляем своим клиентам страховые услуги, необходимые для того, чтобы уверенно себя чувствовать в современном мире.

А теперь несколько советов:

Не стоит полностью доверять выбор программы страхования турфирме: чтобы удешевить тур, она может предложить самую дешевую страховку, а значит, вы будете защищены по минимуму.

Если у вас хронические заболевания, не отправляйтесь в поездку без необходимых лекарств: обострения таких заболеваний не являются страховым случаем, а значит, ваши расходы не будут покрыты страховкой.

При оформлении полиса обращайте внимание на каждый пункт договора. Не соглашайтесь на стандартные условия, предлагаемые агентом, если они не выгодны для вас. Как правило, у каждого страховщика есть бланк дополнительного соглашения, куда всегда можно вписать изменения и дополнения к стандартному договору.

Находясь в поездке, всегда держите при себе страховой полис и/или карточку дорожной помощи. Даже если вы потеряете сознание, те, кто окажутся рядом, смогут связаться по телефону с сервисной компанией и вызвать помощь.

Американский портал Celebrity Net Worth составил топ-10 самых дорогих гостиничных номеров мира.

10 На десятом месте находится пентхаус в Martinez Hotel в Каннах. Ночь в номере с роскошным видом на город обойдется в 18 тыс. $

На девятом месте - московский отель Ritz-Carlton. стоит 18,2 тыс.$

8 строчку топ-10 занимает отель Burj Al Arab в Дубаи, ОАЭ. Аренда королевского номера с роскошной кроватью с балдахином, мебелью ручной работы и дорогими коврами обойдется в 19 тыс. долл.

Седьмое место рейтинга принадлежит королевскому номеру в парижском отеле Park Hyatt Paris-Vendome - аренда 20 тыс. долл.

Шестую строчку рейтинга занимает королевский номер в отеле The Atlantis на Багамах. Паркет ручной работы, несколько комнат и гостиная видом на океан обойдется в 22 тыс. долл.

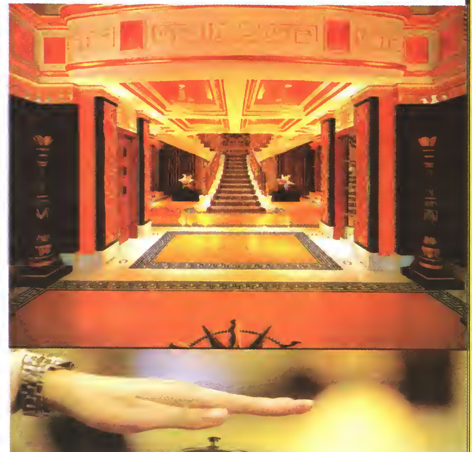
Президентский номер в отеле Ritz-Carlton, Токио, Япония, занимает пятое место по стоимости аренды на ночь. Роскошный номер с бассейном, комнатой для чайной церемонии и огромной гостиной стоит 25 тыс.$

На четвертой строчке рейтинга оказался номер Villa La Capula в римском отеле Westin Excelsior. Ночь в роскошном номере, декорированном в стиле барокко, обойдется в 29 тыс. долл.

Тройку лидеров открывает пентхаус в знаменитом отеле Нью-Йорка - Four Seasons Hotel. Пентхаус из девяти комнат занимает весь верхний этаж гостиницы, его обслуживает отдельный лифт. Арендовать номер можно за 34 тыс. долл.

Второе место по стоимости аренды занял тематический пентхаус Хью Хефнера в отеле Palms Casino Resort, Лас-Вегас. Двухэтажный номер, оформленный в стиле Playboy, стоит 40 тыс. долл.

И, наконец, самый дорогой номер в мире можно арендовать за 59 тыс. долл. (1,8 млн руб.) за ночь - именно столько просят за королевский пентхаус в женевском отеле President Wilson Hotel. Расположенный на верхнем этаже, четырехкомнатный сьют позволяет комфортно разместить до 40 гостей в коктейльном lounge-зале.





Рейтинг лучших ресторанов мира по возрастанию цены обеда.

Zalacain (Мадрид) – 108 долларов – 10 месYamazato – Амстердам – 109 долларов – 9 место
Steirereck – Вена – 114 долларов – 8 место

Vitrum – Берлин – 118 долларов – 7 место
Tetsuya`s Restaurant – Сидней – 135 долларов – 6 место

Petermann`s Kunststuben – Цюрих — – 151 доллар – 5 место
Sketch – Лондон – 176 долларов – 4 место
Eigensinn Farm – Торонто – 213 долларов – 3 место
Arpege – Париж – 211 долларов – 2 место



Aragawa – Токио – 277 долларов – 1 место

Выше представлены самые дорогие рестораны в мире. А список венчает ресторан Aragawa, кото - рый, как известно всем, получает свою знаменитую говядину исключительно с одной фермы. Она того стоит, ибо просто тает во рту. Ресторан признан лучшим в Токио. Здесь можно отведать блюдо из мяса, которое п дается с горчи - цей и перцем.





Всегда свежие и качественные продукты вы сможете приобрести, посетив этот магазин. Ассортимент представлен фруктами, овощами, хлебобулочными изделиями, молочной продукцией, соками, сырами, деликатесами, кондитерскими изделиями. Здесь все товары удобно расставлены по категориям поэтому вы легко найдете все, что нужно. В магазине приемлемые цены и высокое качество обслуживания покупателей. Магазин сотрудничает с крупнейшими дистрибьюторами, а так же с рядом торговых сетей и оптовых клиентов. . Кроме того, непосредственно в торговом зале супермаркета расположена ресторанная зона, вы можете заказать любой продающийся продукт. Поздравляем, вы всего в нескольких шагах от своей первой покупки!

Яблочно-апельсиновый сок

Натуральные и очень вкусные свежевыжатые соки, содержат большое количество витаминов и минеральных веществ, которые очень полезны для нашего организма. Готовить такие соки нужно хотя бы раз в неделю, а из чего, это решать вам. Сочетание фруктов с различными ягодами и овощами, подарит не только незабываемый вкус, но и пользу в двойном размере. По этому готовим такой сок из яблок и апельсинов. Освежающий вкус и приятный аромат свежевыжатого сока, подарит хорошее настроение и заряд бодрости на целый день. Итак рецепт приготовления яблочно - апельсинового сока.

Пей с пользой

ЯБЛОЧНО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ КОМПОТ

Ингредиенты:
- Вода — 3 л
- Яблоки — 2 шт.
- Апельсин — 3 шт.
- Сахар — 150–200 г

Яблоки очистить от шкурки и семян, нарезать кусочками. Положить в кастрюлю, засыпать сахаром, залить водой и довести до кипения на среднем огне. Апельсины очистить, нарезать кружочками, добавить к яблокам. Снова довести до кипения, кипятить пару минут, выключить, накрыть крышкой и дать настояться 40 мин. М



Источник: povarenok.ru

По данным ведущих интернет-компаний, более 47% жителей Соединённых Штатов ежедневно получают по электронной почте спамерские письма. Примерно 11% адресатов открывают сомнительные сообщения и заражают свои компьютеры вирусами, попадают на удочки различных мошенников, раскрывают личные данные (номера социального страхования, кредитных и дебетовых карт и т. п.)

Компании, обслуживающие электронные ящики, настолько устали от астрономического количества спама, что львиная доля важных писем от коллег, друзей и родственников автоматически отправляется в корзину или задерживается специальными фильтр-системами.

Многолетняя и бесполезная борьба со спамом сильно ударила по некогда перспективному сервису e-mail-рассылок, который крупные компании даже боятся рекламировать. Сегодня только каждый третий американец подписан на виртуальный рассылочный сервис, причём подавляющее большинство подписчиков связано с крупными торговыми компаниями.

Скидки, выгодные предложения, бесплатные товары и услуги – вот что больше всего интересует владельцев электронных ящиков.

К чему я всё это рассказываю.

Многие жители Соединённых Штатов (в первую очередь – иммигранты) даже не подозревают, что государственные службы ежедневно и совершенно бесплатно рассылают десятки тысяч электронных писем с бесценной информацией, которая помогает находиться в курсе важных событий федерального масштаба. Подписка может сэкономить уйму времени, нервов и денег.

Итак, остановимся на самых важных интернет-сайтах, предлагающих сервис бесплатной рассылки.

Служба гражданства и иммиграции (USCIS.GOV) оперативно сообщает обо всех нововведениях и изменениях в иммиграционном законодательстве.

Если вы ещё не являетесь гражданином США, обязательно подпишитесь на News и Alerts от USCIS.

Служба моментально распространяет информацию о квоте виз, церемониях натурализации, повышении цен на услуги и т. п.

С рассылками USCIS и опытным иммиграционным адвокатом вам будут не страшны любые преграды.

Например, если Госдепартамент примет решение ослабить процедуру получения виз для украинцев, переживающих не самые лучшие времена, вы моментально об этом узнаете.

Федеральное агентство по управлению в чрезвычайных ситуациях (FEMA.GOV) является одним из самых важных источников информации для каждого жителя Америки.

Простой пример: один из моих приятелей, проживающий на Стейтен-Айленде, сумел - благодаря прямым электронным рассылкам от FEMA - минимизировать последствия урагана Сэнди в 2012 году.

Он чётко следовал инструкциям, которые присылали опытные борцы с последствиями от наводнений, и одним из первых получил компенсацию на восстановление дома.

Остальные пострадавшие получали информацию через телевизионные новости, которые сильно запаздывали и подавались в чересчур эмоциональном ключе.

Налоговая служба (IRS.GOV) оказывает исключительный рассылочный сервис. Вы можете отфильтровать ненужные новости и получать именно то, что интересует вас больше всего.

Например, налоговые нововведения для малых бизнесов или послабления для выходящих на пенсию. Гарантирую, что с рассылками IRS вы будете разбираться в налоговом законодательстве не хуже сертифицированных бухгалтеров.

Управление социальным страхованием (SSA.GOV) – ведомство, с которым прочно связаны сотни тысяч «наших» иммигрантов. Сегодня SSA делает всё возможное, чтобы сократить количество телефонных звонков с вопросами. В этом ему активно помогают e-mail-рассылки.

Спектр рассылаемых новостей широк – от постоянно обновляющихся списков самых популярных детских имён в Соединённых Штатах до новостей Медикера.

. В долгосрочной перспективе рассылки помогут вам уберечь себя от различных проблем, сэкономить деньги, защитить друзей и родственников, досконально выучить работу государственных служб США.



Chiropractic Wellness & Rehabilitation Clinics

Call Today: 253-431-5543

Urgent Care Chiropractic Centers

Marysville:
605 State Ave.
Marysville, WA. 98270
360-657-3333 ext. 8

Lynnwood:
3910 196th Street Suite "E"
Lynnwood, WA. 98036
425-774-7871 ext. 5

Burien:
15417 1st Ave S.
Burien, WA 98148

Tacoma:
5631 Tacoma Mall Blvd. Suite 1
Tacoma, WA. 98409
253-476-4518 ext. 7

Renton:
352 Sunset Blvd. N.
Renton, WA 98057

Federal Way:
200 S. 333 St,Suite 221
Federal Way, WA 98003
253-661-6101 ext. 3

Kent:
10216 SE 256th Street, Suite 102 B
Kent, WA 98030
253-859-1044 ext. 4

1-877-277-6200



Автоаварии



Спортивные травмы



Боли шеи



Боли в спине



Производственные травмы



Головные боли

General Freight

Выбор есть! Попробуй лучшее!

High Quality Used Trucks

БОЛЬШОЙ ВЫБОР МАРОК И МОДЕЛЕЙ ТРАКОВ

КАЖДЫЙ ТРАК ПРОШЕЛ ГОДОВУЮ ИНСПЕКЦИЮ



REDUCED DOWNS

GO!



ГОВОРИМ НА УКРАИНСКОМ И РУССКОМ ЯЗЫКАХ

Certified | Ready for road | Competitive Prices

primetrucksale.com

MARVEL® Food & Deli

Auburn:
253-537-1008
Marvel Food & Deli
615 C Street SW
Auburn, WA 98001

Tacoma:
253-887-8181
Marvel Food & Deli
301 133rd Street S
Tacoma, WA 98444

Hours of Operation:
Monday - Staurday
9:00 AM to 9:00 PM
Sunday Closed
www.marvelfoodanddeli.com

Bakery





Cafe



Reception Hall